



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Куликова Л.А.

ГБОУ СОШ Покровка Нефтегорск (1-4 классы)

М Е Н Ю

на 17.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл,		250/5	250
Какао с молоком..		200	143
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	503	516
Обед			
Икра кабачковая..		60	74
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью..		200/5/1	77
Тефтели тушеные в соусе "		50/50	207
Макаронные изделия отварные с м/ сливочным		150	188
Компот из свежих яблок		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	776	805
Всего:	149,30	1 279	1 322

Для всего меню

В граммах			Витамины в миллиграммах		
Белки	Жиры	Углеводы	витЕ - 0,96	витА - 257,51	витD - 0,48
34,14	46,22	192,24	витВ2 - 0,74	витВ1 - 0,52	витС - 19,87

Минеральные вещества в миллиграммах

F - 119,46	Se - 20,23	Ca - 475,11	Mg - 133,31
I - 206,81	Fe - 7,28	K - 929,21	P - 637,16

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.



Кузнецова Е.В.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № _____

Куликова Л.А.

ГБОУ СОШ Покровка Нефтегорск (ОВЗ)

М Е Н Ю

на 17.01.2022

Наименование блюда	Цена	Выход	Ккал
Завтрак			
Сыр сливочный		17,5	53
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл,		250/5	250
Какао с молоком..		200	143
Хлеб пшеничный		30	70
Итого:	62,20	503	516
Обед			
Икра кабачковая..		60	74
Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью..		200/5/1	77
Тефтели тушеные в соусе "		50/50	207
Макаронные изделия отварные с м/ сливочным		150	188
Компот из свежих яблок		200	112
Хлеб пшеничный		30	70
Хлеб ржаной		30	78
Итого:	87,10	776	805
Всего:	149,30	1 279	1 322

Для всего меню

В граммах		Витамины в миллиграммах	
Белки	Жиры	Углеводы	
34,14	46,22	192,24	
		витЕ - 0,96	вита - 257,51
		витВ2 - 0,74	витD - 0,48
			витВ1 - 0,52
			витС - 19,87
Минеральные вещества в миллиграммах			
F - 119,46	Se - 20,23	Ca - 475,11	Mg - 133,31
I - 206,81	Fe - 7,28	K - 929,21	P - 637,16

Зав. производством _____ (Куликова Л.А.)

Калькулятор _____ стажер кальк.